

# KULTIVACIJA V AZIJSKIH FILOZOFIJAH

MAJA MILČINSKI

*Kultivacija*, vadba duha-telesa, je bila že od nekdaj osnova azijskih filozofij in je še danes središče teorije-prakse tistih azijskih filozofov, ki nasprotujoč obrnjenemu orientalizmu v filozofiji razvijajo tradicionalne filozofske metode. Metode kultivacije in osvobajanja so bile osrednjega pomena predvsem v budistični tradiciji in v kasnejšem daoizmu kot tehnike usmerjanja, vzpodbujanja in vzpostavljanja sozvočja s psihofiziološko energijo, imenovano *qi*, (jap. *ki*, skrt. *prāna*), na osnovi katere se moremo povezati z ostalimi bitji in sodelovati v kreativni interakciji med zemljo in nebom.

*‘En qi prežema svet.’ Zato modrec ceni Enost.<sup>1</sup>*

Medtem ko je predvsem budizem poudarjal tehnike vadbe v mirovanju, pa so se kasnejše daoistične metode osredotočale na telesne vaje, ki naj bi ponovno zbudile in razvijale psihofiziološke potenciale, prisotne v vsakem posamezniku in nepogrešljive pri razvijanju filozofskih tez in pri doseganju osvoboditve. Za razliko od usmeritve k logiki, spoznavanju in spreminjanju zunanjega sveta je v azijskih filozofskih šolah, ki vključujejo meditativne tehnike, telo postalo torišče osvoboditve in središče tako teoretskega zanimanja kot praktične izkušnje. Psihofiziološko poteka proces kultivacije preko središč, kjer poteka mišljenje in vznikajo instinktivne želje, preko živčnega sistema, in to ne na osnovi zatiranja čustvovanja in emocij z orodji razumske presoje. Filozofija, ki gradi na meditaciji, ne zanika racionalnega mišljenja, ga pa tudi ne priznava kot osnovo osebnosti in ne pripisuje pomembne vloge razumski presoji in zavesti Sebe, teoriji Ega. Prizadeva si namreč doseči tisti

---

<sup>1</sup> Zhuang Zi, *Klasik dežele južne rože*, (Prev. Maja Milčinski), Sophia, Ljubljana 2004, str. 179.

globoki nivo izkušnje, ki transcendirata razum, saj naj bi bil ta pogoj razvoja kultivirane osebnosti in torišče osvoboditve.

Tudi v Aziji posamezne filozofske tradicije niso homogene entitete. Med seboj se razlikujejo bolj, kot pa se razlikujejo od nekaterih evropskih filozofskih šol. Nekatere teh tradicij nimajo niti koncepta, ki bi docela ustrezal pojmu filozofija. To seveda ni pomanjkljivost, saj se v Aziji pojem filozofije širi in vključuje vso tisto vsebino mišljenja, ki vodi človeka v različnih časih: pojmovanje kozmosa, sveta in načinov, kako se ta pojmovanja aplicirajo na vsakdanje delovanje – vse to, kar v podrobni analizi učinkuje kot negacija filozofije. Filozofija tu ni dosežek ali cilj, pač pa ostaja proces, gibanje in nenehno prizadevanje za resnico in osvoboditev, ki prinaša tudi radikalne spremembe v filozofih samih. Filozofski teksti pa posredujejo sporočilo o enem izmed poslanstev filozofije: izražanje, ubeseditve osnovnih resnic o svetu in Absolutu, kot tudi o našem odnosu do njega. Širjenje obzorij in kultura osebnosti v viziji tega, kar je sploh moč spoznati, vodi do neomejenega spoznavanja, ki bi ga vsakršne vsiljene meje zavrle. V tem prizadevanju za resnico ostaja resnica ves čas filozofov osnovni vir mišljenja; prizadevanje za resnico, ki je porojeno iz resnice same, pomeni tudi neprestani boj proti absolutizaciji in konkretizaciji. V azijskih filozofijah se ponovno srečamo z vprašanjem, kaj velja za filozofijo, kaj za filozofsko in kdo za filozofa. Filozofija, ki želi postaviti razum nad ostale komponente človeka, je dominantna v evropski tradiciji. V evropskem filozofskem diskurzu pojmujejo mistično doživetje kot nekaj, kar je v nasprotju z reflektivno mislijo. Ta perspektiva je tako usodno vplivala na raziskovalno področje, da je zanemarilo zveze in povezave med filozofskimi in simboličnimi načini izražanja tradicije in mističnimi, nad-racionalnimi doživetji osebe, ki goji in ustvarja določeno filozofsko tradicijo. Logične tradicije Azije, ki so vezane na meditativne tehnike, pa se odlikujejo z uporabo filozofske dialektike, ki vključuje konceptualno mišljenje, sicer na prvi pogled ločeno od nemisljive in neizrazljive modrosti, za katero si prizadeva filozof.

Buddha je ob metafizičnih vprašanjih, ki so mu jih zastavljali, vedno obmolknil. Filozofski teksti na različne načine tolmačijo to njegovo tišino. Eden od njih je tudi nesposobnost poslušalcev, da bi razumeli vsebino te tišine, ki je pač ni moč podvreči diskurzivni analizi, ampak jo je moč posredovati samo na racionalno-empiričnem nivoju kultivacijskih tehnik. To je tisti filozof-praktikant, ki ga išče Zhuang Zi:

Vrše so zaradi rib. Če imaš ribe, pozabiš na vrše. Pasti so zaradi zajcev. Če imaš zajce, pozabiš na pasti. Besede so zaradi misli. Če imaš misel,

pozabiš na besede. Kje bi našel človeka, ki je pozabil besede, da bi lahko govoril z njim?<sup>2</sup>

To je tisti, ki ni (več) žrtev iluzij in strasti in je potopljen v oazo nedualnosti in neizmerne praznine, ki zagotavljata širši diapazon percepcije, kot pa nam je dostopen v običajnem stanju zavesti. Intelktualna prizadevanja pa so nepogrešljiva tako pri meditaciji kot pri doseganju oblik neposrednega, nekonceptualnega ali mističnega doživetja. Poudariti velja, da je kitajski *chan* budizem zavestnim praksam duhovne kulture postavil metodološko mejo.

Izogibanje ustvarjanju nove *karme* vključuje ne-practiciranje duhovne kulture. To ne-practiciranje pa je samo zvrst kulture, kar pomeni, da gre za »kultivacijo skozi ne-kultivacijo.« Po drugi strani pa izogibanje ustvarjanju nove *karme* ne pomeni tega, da ničesar ne počnemo, ampak to, da tistega, kar počnemo, ne počnemo namenoma. Tao-yi v dveh svojih stavkih pravi:

Notranja narava (človeka) je že dovolj. Vse, kar mora storiti človek, ki se ukvarja z duhovno kulturo, je samo to, da se ne oklepa ne dobrega ne zla. Če se trdno držimo dobrega in se izogibamo zlu, če premišljamo o praznini in dosežemo stanje zbranosti, so vse to namerne dejavnosti. Še slabše pa je, če se mrzlično ukvarjamo z vnanjimi rečmi. Bolj intenzivno ko to počnemo, bolj se oddaljamo.<sup>3</sup>

Stališče kitajskega *chan* budizma lahko strnemo z naslednjo mislijo:

Človek, ki se ukvarja s kulturo, mora samo verjeti vase in opustiti vse ostalo. Nikakršne potrebe ni, da bi se trudil s posebno kulturo izven dnevnega ritma življenja. Gre le za to, da se sredi tega ritma ne oziramo na fenomenalno in nimamo nikakršnih misli. To je torej stremenje skozi ne-stremenje in kultura skozi ne-kulturo.<sup>4</sup>

Omeniti velja tudi poskuse revolucionarjev in naprednih kitajskih filozofov dvajsetega stoletja, ki so v imenu nadvlade znanosti poskušali zanikati obstoj *qija*, vendar jim to ni uspelo.<sup>5</sup>

Evropskemu konceptu libida ustreza japonski *sei* (kitajsko *jing*). Kulti-

<sup>2</sup> *Ibid.*, 232.

<sup>3</sup> Fung Yu-Lan, *A History of Chinese Philosophy*, Vol. II (Princeton: Princeton University press, 1973), 393-94.

<sup>4</sup> *Ibid.*, 396.

<sup>5</sup> Chen Dexiu, *Jinggao qingnian*, v: *Qingnian zazhi*, 1.1, marec 1915.

vacija naj bi se začela s spreminjanjem osnovnih značilnosti libida, njegovih psiholoških in fizioloških funkcij, in sicer tako, da naj bi v abdominalnem predelu nakopičeno energijo (*qi*) pretvarjala in usmerjala ne v nekaj drugega, pač pa – po teoriji klasičnega kitajskega priročnika za medicino *Huangdi neijing* – po meridialnih kanalih in točkah, kjer so, ne po naključju, tudi v evropski teoriji locirane žleze z notranjim izločanjem. Psihosomatska medicina v svojih teorijah o stresu poudarja povezanost med žlezami z notranjim izločanjem in čustvi oziroma korelacijo med fiziološkimi in psihološkimi dogajanjem v organizmu. V meditativnem procesu naj bi se libidinalna energija spreminjala v duhovno. Gre za povezovanje ženskega in moškega načela v procesu kultivacije in meditativne izkušnje. Žensko in moško se ne nanašata na fiziološke razlike med njima, pač pa na psihološke značilnosti, ki naj bi jih utelešala idealna predstavnika ene in druge podvrste *Homo sapiens*. Evropski filozofski tradiciji pripisujejo enostranost v razvijanju in poudarjanju izključno moškega načela, značilnosti katerega se je moralo podrediti vse v evropski duhovni tradiciji. Azijska pot se zaključuje na področju izginitja zavesti Ega, kjer vznikne *samādhi*, v katerem se razgali prvotna človekova narava.

Svojo obliko obvladaj in glej Eno, pa se ti bo približala nebesna harmonija. Nabiraj znanje in svojo pozornost naravnaj na Eno, pa bodo prišli duhovi in prebivali ob tebi. Krepost ti bo dala lepoto, *dao* ti bo dal prebivališče. Potem boš gledal naivno kot novorojeno tele in ne boš spraševal več po razlogih in vzrokih.<sup>6</sup>

V daoističnem besednjaku pomeni to vrnitev k *dau*. Pretvarjanje *sei*-ja v *ki* (kitajsko *qi*), libida, ki je naravnan navzen, v notranjost človeškega telesa, omogoča aktiviranje izvenzavestnih plasti, ki postanejo pomembne v procesu meditacije in osvoboditve.<sup>7</sup> Proces, ki se odvijajo v telesu, privedejo na duhovnem nivoju do povezovanja, združevanja moškega in ženskega načela. Proces prečiščevanja je opisan v različnih sistemih indijske *yoge*, daoistične *neidana*, Yuasa pa ga danes razvija v svojo originalno filozofijo telesa in kultivacijo popolne, androgine osebe, ki razvija in neguje kamen filozofov v lastnem duhu-telesu. Z ženskostjo in moškostjo ne označujemo samo psiholoških potez osebnosti, pač pa tudi določene vrline. V svoji filozofiji se Yuasa približa sodobnim evropskim teorijam, ki odkrivajo v evropski kulturi povezovanje idej o človeškem razumu z ideali moškosti.<sup>8</sup> Na področju

<sup>6</sup> Zhuang Zi, *Klasik dežele južne rože*, str. 180.

<sup>7</sup> Y. Yuasa, *Shintai: tōyōteki shin shin ron no kokoromi*, Shobun sha, Tōkyō 1977.

<sup>8</sup> G. Lloyd, *The Man of Reason*, Routledge, London 1986, str. XVIII.

filozofije se je ta razlika med moškim in ženskim načelom kazala kot razlika med razumom in njegovimi nasprotji. Za razliko od filozofskih tradicij Azije, ki nas jasno učijo: »Poznati moškost, ženskosti zvestobo ohraniti,«<sup>9</sup> pa v evropski kulturi razum ni bil vezan samo na različna področja mišljenja in verovanja, pač pa tudi na označevanje značaja; ne samo na vprašanje resnice, pač pa tudi na razumevanje tega, kakšen naj bi človek bil, na pogoje, ki naj bi jih izpolnjeval, da bi bil dober človek oz. oseba. Takšno pojmovanje razuma je za razliko od azijskih filozofskih tradicij zgodovinsko izločalo ženski princip, ki naj bi ga racionalno mišljenje transcendiralo. Z oživljanjem diskusij o kultivaciji in meditaciji kot nepogrešljivih elementih osvoboditve in filozofskega udejstvovanja v japonski tradiciji je Yuasa pripeljal japonsko filozofijo v dialog z najpomembnejšimi predstavniki kontrastivne filozofije in teoretiki časa-prostora.

*Dao* ne pozna ne začetka ne konca. Smrt in rojstvo veljata le za posamezna bitja. Na vrhuncu svoje popolnosti ne morejo vztrajati. Enkrat prazni, drugič polni, svoje oblike ne morejo ohraniti. Let ni mogoče priklicati nazaj, časa ni mogoče zadržati. Propad in rast, polnost in praznina, kjer je konec, mora biti tudi začetek. S tem je način Velike pravičnosti izražen in princip posameznih bitij je opisan. Bivanje vseh stvari hiti kot galopirajoči konj. Ni giba, s katerim se ne bi nekaj spremenilo. Ni časa, ki ne bi česa predruščil. Kaj naj storiš in kaj opustiš? Preprosto: pusti, naj se samo spreminja!<sup>10</sup>

Eden glavnih metodoloških problemov v budistični filozofiji je neločljiva povezanost filozofskega uvida in meditacije. Filozofija se torej ne dogaja in razvija samo intelektualno, ampak tudi fizično, saj resnica ni samo način mišljenja o svetu, pač pa tudi način bivanja v njem. Pot do resnice, spoznavanje le-te pa je psihofizično zavedanje, ki je nad čistim intelektom. Vse instance védenja, spoznanja so torej praktične in teoretične. Razmerje med duhom in telesom zato ni filozofski problem, pač pa posamezni filozofi nakazujejo načine vzpostavitve enotnosti duha in telesa (npr. Dōgen Kigen, 1200-1253). Tudi za najpomembnejšo filozofsko šolo na Japonskem, Filozofsko šolo iz Kyōta in njene predstavnike (npr. Nishida Kitarō, 1870-1945), sta kultivacija (*shugyō*) in meditacija pomenili pomemben del filozofskega projekta samega.

Prodor kultivacijskih tehnik na Japonsko postavljajo v čas, ko je nauk

<sup>9</sup> *Klasiki daoizma, Dao de jing 28*, (Prev. Maja Milčinski), Slovenska matica, Ljubljana 1992, str. 92.

<sup>10</sup> Zhuang Zi, *Klasik dežele južne rože*, str. 136-7.

zgodovinskega Buddha že prešel tisočletni razvoj od budizma starih (*theravāda*) oz. malega voza do velikega voza, ki se je preko kitajskih in drugih te šole razvila in zasidrala tudi na Japonskem. Na Japonskem je v stoletjih, ki so sledila, kitajski budizem doživljal nadaljnje preobrazbe. Literatura začetnega obdobja razvoja budizma na Japonskem zajema področje metafizike, logike, etike in psihologije smeri malega in velikega voza. Vse do modernega obdobja pa je dosegala<sup>11</sup> najoriginalnejši razvoj mahajanska filozofija praznine – *śūnyatā*. Praznina ima v budistični filozofiji pozitivno konotacijo, v daoistični filozofiji pa je pogoj za najvišje spoznanje, saj označuje odsotnost ali izbrisanje jaza (sebe),<sup>12</sup> ki pa je posledica minljivosti vsega,<sup>13</sup> saj so vse stvari prazne, ker nimajo trajne samobiti (*svabhāva*).

Japonsko pojmovanje praznine in odsotnosti jaza<sup>14</sup> razvije ključni Buddhov nauk o odsotnosti trajnega jaza pri živih bitjih.<sup>15</sup> Temelji na izkušnji jezika in misli; ta pa ni vezana zgolj na logično in diskurzivno funkcijo govora, ki naj bi izrazil absolutno resnico. Kánon budizma velikega voza zagovarja teorijo o dveh nivojih resnice: relativni resnici in absolutni resnici. Na nivoju relativne resnice razločujemo različne objekte kot ločene entitete posameznih individualnih oblik. Absolutna resnica, katere spoznavanje terja gojenje višjih stanj zavesti, do katerih vodijo posebne vaje kulture, prikazuje objekte in dogajanja kot identične v njihovi naravi in povezane v neko celoto, čeprav jih še vedno spoznava kot ločene entitete. Spoznavanje in gojenje obeh nivojev resnice pa je možno samo na osnovi intelektualnega in logičnega dogajanja, ki mora nujno vključevati tudi bolj neposredne, intuitivne izkušnje; te pa vključujejo tudi mistična doživetja. Ta v azijskih filozofijah niso razumljena kot nekaj, kar bi bilo v nasprotju z refleksivno mislijo. Večina tehnik, ki taka doživetja porajajo, vključuje konceptualno mišljenje, ki pa je samo na videz nezdružljivo z neizrazljivo, absolutno resnico, do katere se poskuša dokopati filozof. Resnično vedenje torej ne more biti doseženo zgolj na osnovi teoretskega mišljenja, ampak samo z uporabo celote duha-telesa, ki ne predpostavlja nikakršnega analitskega ločevanja mentalnega od somatskega.<sup>16</sup> Gre namreč za lucidno uporabo dialektike, ki nas vodi po poteh razvijanja osvobajajočega spoznanja do končnega uvida pristne realnosti. Vzrok

<sup>11</sup> Prim. H. Furuta in N. Koyasu, ur., *Nihon shisōshi tokuhon*, Tōkō keizai shimpōsha, 1979.

<sup>12</sup> Prim. Maja Milčinski, *Pot praznine in tišine*, Obzorja, Maribor 1992, str. 86.

<sup>13</sup> Prim. Maja Milčinski, *Mujōkan no tozai hikaku*, Nichibun forum, Kyōto 1994.

<sup>14</sup> *Muga*: brezjastvo, ne-jaz, odsotnost jaza.

<sup>15</sup> H. Inagaki, *A dictionary of Japanese Buddhist terms*, Nagata bunshodo, Kyōto 1988, str. 211.

<sup>16</sup> Prim. Y. Yuasa, *Shintai – Tōyōteki shin shin ron no kokoromi*, Shōbun sha, Tōkyō 1977; Y. Yuasa, *Bukkyō ni okeru shintai ron no shomondai*, v *Gendai shisō*, december 1987, str. 158-78.

trpljenja so samo naše lastne napake percepcije. Tako običajna percepcija ne zadošča za vzpostavitev zavesti o minljivosti in brezjznosti. Kultiviranje konceptualnega spoznanja, torej pravilne pojmovne podobe minljivosti ali brezjznosti, nam omogoča, da postopoma premagujemo nevednost. S transcendiranjem običajne zavesti in *ratia* je mogoče doseči osvoboditev od trpljenja, ki temelji v nevednosti. Ker je vzrok trpljenja prav nevednost, moramo zato, da bi razvijali poti in metode na poti do osvobajajočega spoznanja, preučevati način percepcije, zavest in objekte percepcije. Proces oblikovanja in kultivacije osebnosti zahteva napor in zbranost, ki terja vztrajnost pri doseganju nečesa, kar nikakor ni intelektualna pridobitev ali predmet, ampak doživetje, ki ga je težko ubesediti, doživetje, v katerem človek preseže samega sebe, čas in prostor – gre za občutek odrešitve oziroma odrešenja. Zato, da bi lahko skozi tančico utvar sveta, laži in samoprevar uzrli pravo realnost, moramo negovati lastno bistvo, ki pa ni vezano na ozek segment racionalnega.

Za budističnega filozofa je torej telo najodličnejši kognitivni instrument, ki ga vodi do videnja, do uvida. Vedenje sámo, ki ga ne spremlja osebna izkušnja, je le nekaj površnega, na čemer ni mogoče graditi filozofije. Znanje, kolikor ga filozof že ima, naj bi izhajalo iz izkušnje, ki je videnje. Velik poudarek na videnju v budizmu izhaja iz Buddhove teze o povezanosti vedenja in videnja. Videnje je izkustvo, ki vidi stvari in pojave v stanju takšnosti (*tathatā*), medsebojne povezanosti. Vse znanje ima torej izvor v pravilnem videnju stvarnosti, h kateremu usmerja budistična filozofija, ki razuma ne postavlja nad ostale komponente človeka. Ker si prizadeva spoznati vse, kar je spoznanju dostopnega, dvomi v to, da bi mogli le nekateri deli biti, le nekatere izmed dimenzij spoznanega, tiste torej, do katerih pripelje razum, dati vedenje o celovitosti biti.

V azijskih filozofijah je namreč modrost razvijana fizično in intelektualno, saj sta meditacija kot praksa in filozofski uvid neločljivo povezana. Na tej osnovi vznikne Resnica, ki ni samo način mišljenja o svetu, ampak tudi način bivanja v svetu – to pa vključuje seveda tudi telesno eksistenco. Od tod tako velika pozornost telesu pri gojenju modrosti in resnice v azijskih filozofijah, ki stremijo k doseganju enotnosti med telesom in duhom.

Če pogledamo povezavo japonskih tehnik kultivacije z indijskimi osnovami, se najprej srečamo s terminom *yoga*, ki se pojavi v Indiji že v vedskem obdobju, tj. od 3.–2. tisočletja pred našim štetjem naprej. Tedaj nastane beseda *yoga*, ki izvira iz sanskrtskega korena sorodnega latinskemu *jugum* in našemu *igo*, in pomeni jarem, ki se natakne vlečni živali, ko jo vprežejo v težavno delo. Ta etimologija dobro osvetli tudi proces oblikovanja in kultivacije osebnosti, ki je v bistvu napor, ta pa zahteva zbranost, koncentracijo,



kar samo po sebi pomeni odpoved manj pomembnemu. Gre namreč za dolgotrajno duševno in telesno zadolžitev, med katero je potrebna vztrajnost za doseg nečesa, kar nikakor ni zgolj intelektualna pridobitev ali predmet. Kultivacija sicer zahteva duha, ki je nadarjen z intelektualno bistrino in dialektično spretnostjo, vendar ti dve nista dovolj. To dimenzijo vedenja naj bi spremljalo tudi videnje, ki pa seveda ni običajno videnje (z uporabo oči), temveč je to doživetje, izkušnja, ki človeka pretrese, spremeni in ga tako pravzaprav pahne na nek drug nivo doživljanja in izkušnje. Tako tudi za *yogo* ni sprejemljivo zgolj diskurzivno razumevanje oz. diskurzivni vzorec doje-manja človeka in sveta, ki ga uporabljamo v svojem vsakdanjem svetu čutov in intelekta, v svetu, v katerem vlada dualizem, tako da si stojita nasproti eno, ki gleda drugo, in drugo, ki je opazovano. Tu do tega razločevanja ne pride, saj gre za samospoznavanje celote, ki je integrirajoče, povezovalno, išče celovitost na najvišji možni ravni. Sistem *yoge* sestoji iz osmih stopenj, ki se v samem procesu kultivacije ves čas dopolnjujejo in prepletajo med seboj in lepo nakažejo napredovanje posameznika od najosnovnejših etičnih ravni do doseganja stanj, v katerih posameznik transcendirajo svoj omejeni Jaz, stanj, na katerih naj bi se mu začela razodevati tudi vrsta nadnaravnih pojavov. To razodevanje pa gotovo ni cilj vadbe ampak samo stranski produkt, kateremu resen učenec ne bi smel pripisovati prevelike pozornosti.

Prvi dve stopnji *yoge* sta *yama* in *niyama* in zajemata etične in moralne vaje, ki so prvi pogoj. Tretje so telesne vaje, drža (*āsane*), ki omogočijo telesu, da si najde položaj, v katerem koncentracija ni motena. Sledijo dihalne vaje (*prāṇāyāma*), kajti dihanje ima močan vpliv na mišljenje in razpoloženje. Peta stopnja je odtegnitev čutov od čutnih objektov, da misel ne bi uhajala v neustrezne smeri. Zatem je tu koncentracija, sposobnost zadrževanja pozornosti na enem objektu, ne da bi se misel oddaljila in ušla nadzoru. Za njo je *dhyāna* ali meditacija, stopnja, na kateri naj mišljenje ne projicira več lastnih predstav kot objektov meditacije, ampak se zlije z njimi. Zadnje stanje pa je nadzavestno, v katerem dualnost in pojavni svet ne obstajata več.

Prvih pet stopenj vodi učenčevega duha do stopnje, na kateri je povsem odmaknjen od sveta in tako pripravljen za vadbo koncentracije in meditacije brez slehernih telesnih in duševnih odvrčanj. Osvobojen vsakršnih ovir, najsi bodo to verovanja, poželenja, čustva, teorije in občutja, je duh sedaj sposoben usmeriti polno pozornost h kateremu koli objektu in ga dojeti v njegovi prvinskosti. Vse te stopnje *yoge* so potrebne, da učenec dospe do stvarne ali primordialne intuicije, ki mu omogoči stik z najglobljimi plastmi njegove duševnosti. Razvoj moralnega značaja torej tu poteka na osnovi temeljite predpriprave, doseganja enotnosti duha in telesa, ter preseganja strogega logično diskurzivnega aparata, ki je sicer potreben na začetnih sto-



pnjah kultivacije, ga pa naslednje stopnje s širitvijo perspektiv zavržejo. Tu je ta bistvena razlika glede na razvoj moralnega značaja pri Aristotelu, ki je omejil pomen navade na praktične znanosti, kot je npr. etika. V azijskem kontekstu pa so psihofizične navade elementi – ne samo moralnega dejanja – pač pa tudi kognitivne modrosti in so zato tu vse instance vedenja oz. spoznanja praktične in teoretične – dosegamo jih psihofizično! Nekaj povsem drugega je, če človek temu, kar prihaja, odpre srce in se sooči s »tu in sedaj«, brez pomislekov in preudarkov ter izbiranja, kot to sicer počnemo, ko smo vpeti v mrežo diskurzivnega zaznavanja in povezovanja ter asimilacije stvari. Resnica je kraj, kjer ni premišljanja, pravi mojster,<sup>17</sup> njegov komentator pa dodaja, da so znanosti dandanes že precej napredovale, odkritih je bilo veliko zakonov, ki jih kmalu nadomestijo novi zakoni.

Temeljno vprašanje kultivacije v azijskih tradicijah je, kako priti do vzpostavitve enotnosti duha in telesa. Modalnost duha in telesa se namreč spreminja na osnovi urjenja, kultivacije duha-telesa z določenimi metodami, povezanimi npr. s filozofijo *daa* (osnovnim konceptom kitajskega daoizma). Pismenka *dao* se v japonščini izgovarja kot *dō* in pravzaprav nima ustreznega prevoda. Prevajali so jo kot *ratio*, razum, smisel, metoda, zakon, pot, Bog, beseda, prava pot, božanstvo, narava, princip, življenje, poslednja resničnost. Že sama množica teh različnih prevodov govori o tem, da se prevodi smislu te besede prej oddaljujejo kot približujejo, saj gre v primeru *daa* za nekakšno energijo ali silo, inicialno načelo življenja in reda z atributi nematerialnosti, večnosti, neskončnosti in nevidnosti.

Daoistični kánon je poln zgodb o aspirantih, ki so bili ujeti v sence in odmeve dosežkov zunanjega, zemeljskega sveta, in tako zaslepljeni, da niso mogli vzpostaviti stika s pravim načelom (*zhen li*) regenerativne zavesti.

Če si vreden zaupanja v svojem ukrepanju, pri tem pa ostajaš zvest pravilom lepote, je to obrednost. Če se obrednost in glasba gojita le enostransko, zaide svet v zmedo. Če želi nekdo druge uravnati, pa zavija lastno krepost v meglo, potem jih njegova krepost ne doseže, z njo doseže samo to, da bitja izgubljajo svojo naravo.<sup>18</sup>

Dostop do duhovne oaze, področja notranje narave, pa je mogoč na osnovi ritualiziranih tehnik samokultivacije in intuitivnega preklopa izvenlogične percepcije. To pa je v daoistični duhovni ekologiji tudi pogoj za združitev človeškega s kozmičnim okoljem. Zhuang Zijeva metoda postenja

<sup>17</sup> Seng Ts' an, *Die Meisselschrift vom Glauben an den Geist*, Otto Wilhelm Barth Verlag, Bern 1991, 37.

<sup>18</sup> Zhuang Zi, *Klasik dežele južne rože*, str. 128.

duha naj bi vodila do vzpostavitve stika s področji najglobljih virov svobode, hkrati pa s primeri živali in drugih bitij v naravi opozarja, da to ni človeški svet in človeška zgodovina. Vsiljevanje nasvetov in človeških metod drugim bitjem v naravi, bi pomenilo neopravičljivo ravnanje zoper voljo Neba. Bolje je, da jih jemljemo za vzor, jim sledimo in ravnamo tako, kot nam veli narava, ne pa po rigidno določenih konfucijanskih zapovedih, na osnovi katerih naj bi bila zgrajena idealna družba, ki tak tok preprečujejo. Nista pa samo v budizmu in daoizmu filozofija in življenje vprežena v duhovno popotovanje. Tudi konfucijanska kultura zagotavlja, da je na tej poti, ki je sama tudi cilj, ves čas vodilo k človekovemu najglobljemu bistvu srce. Vendar pa so tu načela delovanja (*li*) striktno podrejena določeni visoko cenjeni tradiciji. *Veliki nauk* začenja z idealom izboljšanja družbe in sveta na osnovi kulture osebnosti:

V prizadevanju, da bi razjasnili svetlo krepko na svetu, so stari uredili najprej državo; da bi uredili svojo državo, so najprej spravili v red družino. Da bi spravili v red družino, so najprej vzgojili svojo osebnost; da bi vzgojili svojo osebnost, so si najprej uravnali svoje srce; da bi uravnali svoje srce, so najprej postali iskreni v svojih mislih; da bi postali iskreni v svojih mislih, so izpopolnili svoje spoznanje.<sup>19</sup>

Konfucijeva kultura je namenjena izboljšavi medčloveških odnosov. Vezana je na tradicijo in postavljena v vsakokratno družbeno okolje, njen poudarek pa ves čas ostaja na oblikovanju osebnosti. Neokonfucijanski filozof Zhang Zai (1020– 1077) je v svojem delu *Zhengmeng* dal patosu združevanja individualnega *qija* s kozmičnim in naseljevanju Velike Praznine z množico pojavov in stvari na osnovi premen *yina* in *yang*a prav poseben poudarek. To teorijo pa je Wang Yangming (1472–1529) apliciral na projekt človekovega odrešenja in osvoboditve.

O sebi je Konfucij trdil:

Tistega, kar ne ustreza obrednim pravilom, ne gledam; tistega, kar ne ustreza obrednim pravilom, ne poslušam; tistega, kar ne ustreza obrednim pravilom, ne govorim; tistega, kar ne ustreza obrednim pravilom, ne počnem.<sup>20</sup>

<sup>19</sup> *Veliki nauk*, v *Klasiki konfucijanstva: Štiri knjige*, (prev. Maja Milčinski), Mladinska knjiga, Ljubljana 2005, str. 345.

<sup>20</sup> Konfucij, *Pogovori*, v *Klasiki konfucijanstva: Štiri knjige*, (prev. Maja Milčinski), Mladinska knjiga, Ljubljana 2005, str. 68.

Zhuang Zi pa mu je prizanesljivo položil v usta prav arhetipski model širjenja zavesti in opravičilo za daoista, ki sta se neprimerno vedla na pogrebu prijatelja, in tako pritegnil načelom intuicije in občutenja in ne razuma in opazovanja, kot bi pričakovali od konfucijanca:

Onadva se gibljeta zunaj pravil, jaz se gibljam znotraj pravil. [...] Od konca do začetka prihajata in odhajata in ne poznata prenehanja. Neodvisno lebdita onstran prahu in umazanije zemlje. V svojem poklicu nedejavnosti brezskrbno pohajkujeta. Od takih ljudi pač ne moreš pričakovati, da bodo z dlakocepsko natančnostjo izpolnjevali obredna pravila, kot je v svetu običaj, le da bi bili povšeči očem in ušesom množice.<sup>21</sup>

Sam pojem *daa* je povezan z raznimi umetnostmi, npr. kaligrafijo kot načinom pisanja s čopičem, tako imenovanimi veščinami urjenja telesa-duha in tradicionalno kitajsko medicino. Te tehnike niso bile razširjene samo med filozofi, njihovimi učenci in mojstri, pač pa tudi med širokimi množicami ljudmi, ki so jih sprejele kot del običajnega življenja, vezan na ljudska verovanja. Na Japonskem so različne umetnostne tehnike – npr. slikanje s tušem, umetnost čajnega obreda in urejanja rož (ikebana) – prav tako del te tradicije kulture, oblikovanja osebnosti in sledenja *dau* (Poti). Kultivacija sicer zahteva duha, ki je nadarjen z intelektualno bistrino in dialektično spretnostjo, vendar pa to še ni dovolj. Ni namreč sprejemljivo zgolj diskurzivno dojemanje človeka in sveta, na katerega se opiramo v svojem vsakdanjem svetu čutov in intelekta, v svetu, v katerem vlada dualizem. Daoiziran mojster uteleša ideal ubranosti z *daom*.

Oblika kot deblo posušenega drevesa, srce kot mrtev pepel. Njegovo dejansko spoznanje je pravo. Ne opira se na razloge in vzroke; zateknjeno in zastrto, kot brez srca je in z njim ni mogoče več računati. Kakšen človek je to!<sup>22</sup>

Ob prihodu budizma na Japonsko pa so bile uvedene tudi budistične tehnike kulture osebnosti. Le-te so se povezale z daoističnimi, ki so tudi prodrle s Kitajskega. Imenovane so bile svete gore, ki naj bi bile najprimernejša in najčistejša področja, v katerih naj bi se zadrževala božanstva, in tako tudi najprimernejša mesta za izvajanje različnih kultivacijskih tehnik. Zaradi svetega značaja teh mest oziroma gora je bil prepovedan kakršenkoli

<sup>21</sup> Zhuang Zi, *Klasik dežele južne rože*, 54.

<sup>22</sup> *Ibid.*, 181.

stik s posvetnim življenjem in zato tudi vstop žena v ta področja. Poudariti pa velja, da gre tu za kasnejši razvoj v smeri sinkretizma med budizmom in šintoizmom, saj je za zgodnji šintoizem značilno, da so bile prav ženske svečenice prenašalke svetih moči in izvajalke pomembnih obredov. Način izvajanja teh tehnik označujejo s pojmom *kata*, s katerim opisujejo stil izvajanja tehnike, ki je ponavadi zelo stilistično formaliziran, npr. določena pozicija pri plesu, ali pa gib pri uporabi orodja ali pripomočka pri izvajanju čajnega obreda. To je tudi telesni izraz nekega prav določenega duševnega stanja, ki ga doživlja učenec med izvajanjem. Produkt takšne vadbe, ki je lahko filozofski tekst, kaligrafija, risba ali določena telesna pozicija, pa je razumljen kot izraz psihološkega stanja izvajalčeve osebnosti. Bistvo kulture je torej to, da telesne tehnike prenašajo pomen, ki ni omejen samo na nivo telesnega, pač pa posega tudi na področje gojenja duha. Tako je v kontinuumu telo-duh vadba telesnih tehnik direktno povezana z razvijanjem občutka za estetiko in moralnega značaja. Tehnike kulture, ki so prišle na Japonsko z budizmom, so kmalu postale del vsakdanjega življenja. Prisotne so predvsem v poudarjenih vidikih rituala na Japonskem. Umetnost urejanja vrtov na Japonskem, ki je povezana z budistično tradicijo, govori o intimni povezanosti z naravo, ki ne dovoljuje tega, da bi narava postala objekt mišljenja. Narava postane *locus* osvoboditve, rojstva pomenov in vrednot. Ne le, da s svojim soteriološkim nabojem igra pomembno vlogo v tradicionalnih kulturejskih tehnikah in njihovih sodobnih prilagoditvah, tudi posamezni deli, gibi in dosežena stanja telesa-duha črpajo simboliko iz sveta narave, ki posreduje nekakšno nenadkriljivo moč in vrednost. To velja tako v budizmu, daoizmu kot tudi v japonskem avtohtonem šintoizmu. Vse te usmeritve so v svetu naravnih pojavov iskale vzvode identifikacije, popolnoma drugačne od tistih, ki jih nudijo mestni slog življenja in dobrobiti civilizacije. Skozi zgodovino so azijske filozofske šole posredovale tudi množico modelov, primerov mojstrov, ki so v naravi prišli do osvoboditve in Poti, ter si v naravnih pojavih poiskali življenjske sopotnike in vir estetske zamaknjenosti. Narava – in ne ustvarjeni in poustvarjeni svet – jim je najbolje posredovala resnice minljivega sveta.

Vprašanje, katera bitja oz. naravni pojavi sploh lahko dosežejo razsvetljenje, je bilo v budizmu predmet pomembnih filozofskih diskusij. Univerzalistični argumenti so kulminirali s tezo, da vse stvari oz. pojavi posedujejo naravo razsvetljenja in da naj bi narava imela celo večje sposobnosti izpopolnitve in večji osvoboditveni potencial kot človek. Pripadniki budističnega univerzalizma so filozofsko diskusijo o naravi razsvetljenja razširili na celotno naravo in ji dali status tistega torišča izkušenj in meditativnih praks, ki je dostopno vsem, ki vestno vadijo in nikakor ni odvisno samo od posvečenosti

v teoretske debate in večšine knjižne učenosti. S tem postane kultivacija lastne narave tisti opomin in blažilo, ki usmerja filozofa-praktikanta v pozornost, naravnano na sedanost. Naučeno védenje in znanje, pridobljeno po poteh čistega intelekta, namreč lahko zavaja v jalove konstrukte preteklosti ali predstave o prihodnosti. Vadba pa ves čas zagotavlja jasen vpogled v naravo in stanje lastnega telesa-duha in pripomore k premagovanju vezanosti na svoje telo in telesa drugih. Nanje nas lahko ujamejo čustva ljubezni in sovraštva, ki zamegljujejo resnico o eksistencah, pojavih in stvareh.

Tehnike kultivacije vodijo do nepristranske resnice. Osvobajajo suženjstva v vrenju vizij in vnaprejšnjih predstav, na osnovi alkimije uvida pa nas vodijo v stanje, v katerem se potencialni nasprotniki prelevijo v zaveznike. Ko usahnejo vse prisile, izginejo tudi tisti, ki bi nas še mogli ali hoteli tiranizirati. Pri tem igrajo emocije pomembno vlogo, saj vznikajo v humusu stanja duha. Na osnovi jasnega prepoznavanja mehanizmov narave in delovanja sveta, jih je mogoče vpreči v proces osvoboditve in doseganje razsvetljenja. Zamračitev presahne in vznikne prvotna čistost, ki je skupaj s pozornostjo in spoznanjem o pravilnem razumevanju in uvidu v delovanje sveta, pogoj za doseganje osvoboditve. Tu so v kultivacijski proces vprežene raznovrstne tehnike negovanja vitalne energije in vzpostavljanja pogojev za nenamerno delovanje.

Zatri bohotenje volje, razreši zablode srca, osvobodi se ovir pred krepostjo. Razdri barikade na poti k *dau*. Odličnost in bogastvo, priznanje in veljava, slava in dobiček – to je šestero izrazov razbohotene volje. Zunanji videz in vedenje, izraz in poteze, temperament in razmišljanja – to je šestero zablod srca. Gnus in hrepenenje, sreča in jeza, žalost in radost – to je šestero ovir na poti do kreposti. Zavračanje in sprejemanje, jemanje in dajanje, znanje in sposobnost – to je šestero pregrad na poti do *daa*. Če teh četvero šestoric ne vre več v prsih, boš dosegel uravnanost. Uravnan boš miren, miren boš jasen, jasen boš prazen, prazen pa ne boš ničesar storil, pa vendar ne bo ostalo nič nestorjenega.<sup>23</sup>

Buddhov primer osvoboditve dokazuje, da se je s primerno vadbo možno dokopati do stanja čistosti in popolne mirnosti duha. Tedaj ni ničesar več, kar bi nas še moglo vznemiriti, razburjati ali plašiti. Princ Siddhārtha se je s kultivacijo otresel vsakršne nečimrnosti in se v naravi posvetil najzahtevnejšim in najvišjim oblikam telesno-duševnih vaj. Na osnovi čistosti duha je dosegel stanje osvoboditve, telesne radosti in duhovne sproščenosti, ravnesja med zunanjim mirom (domovanjem telesa) in notranjim mirom

<sup>23</sup> Zhuang Zi, *Klasik dežele južne rože*, 199.

(domovanjem duha) in postal učitelj sveta. V filozofskih traktatih, ki so sledili tej enkratni izkušnji, je bila problematizirana povezanost telesa-duha in dokazano je bilo, da duševni mir povečuje dobrobit, moč in energijo telesa. Fizično telo je del duševno-duhovnega telesa, v katerem vznikajo najhujše zaslepljenosti, ki nas ženejo v določena telesna stanja in obratno. Na osnovi tehnik kulture in gojenja miru se mobilizirajo ti čudoviti duševno-duhovni potenciali. Če na osnovi pravilnega uvida in jasnega in modrega spoznavanja narave in stanja stvari vztrajamo v takšni drži, jo na prvi pogled moteči elementi začno krepiti. Popustijo krčevite navezanosti in lakomno hlastanje in vzpostavi se ravnovesje v sproščenosti. Pozornost je na osnovi metodičnega obvladovanja telesa-duha in govora namenjena delovanju in obvladovanju lastnega duha in ne drugih in sveta okrog nas.

Zhuang Zi je to opisal takole:

Zaslepljeni in nevedni ljudje so tisti, ki hočejo izboljšati svojo naravo z običajnim učenjem, da bi se na ta način vrnili na svoj začetek in tisti, ki hočejo svoja poželjenja spraviti v red z običajnim mišljenjem, da bi tako dospeli do jasnosti.<sup>24</sup>

Budistična filozofija je gradila na teoriji o dveh resnicah: o absolutni naravi stvari (*paramārtha*) in relativni oz. konvencionalni resnici (*samvrti*), pri čemer je soteriološki cilj osvoboditve, h kateremu stremi, moč doseči samo v stiku z nepogojenim, saj je vse ostalo tuje našemu pravemu, najglobljemu bistvu. Kultivacijske tehnike vzpostavljajo most med tema dvema nivojema, zlitje enega z drugim, in nam omogočajo, da premagamo odtujenost in vzpostavimo stik z našim notranjim bistvom. Intenziteta in nivo vpogleda pa nista odvisna samo od sposobnosti racionalnega sklepanja in dialektične bistrine filozofa-praktikanta, pač pa tudi od njegove duhovne zrelosti. Različne metode negovanja osebnosti in vitalne energije posredujejo zavest o tem, da obstaja bistveno širši svet od tistega, ki ga je moč zajeti v misli, kaj šele ubesediti.

---

<sup>24</sup> *Ibid.*, 128.